

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа Самара

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

10 февраля 2022 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	4,5	5,4	22,7	159	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	48/7/6	2,6	6,2	23,1	158	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	3,4	3,7	11	92	0,6
Итого			371	10,5	15,3	56,8	409	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	62	0,5	0,1	10	44	2,04
Итого			62	0,5	0,1	10	44	2,04
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	30	0,3	1,2	2,5	23	0,8
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	150/6	4	3,6	14,7	108	4,9
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,1	4,3	22,2	136	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	26/4	4,6	7,2	1,6	91	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,5	84	0
Итого			527	13,7	16,7	63,4	461	6,7
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	64	4,1	4,4	24	153	2,1
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	79	2,2	1,9	3,1	40	0,2
Итого			143	6,3	6,3	27,1	193	2,3
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	77	5,6	7	3,4	101	1,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,4	0,1	9,4	44	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		3,8	16	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	41	0,2	0,2	3,9	19	1,6
Итого			307	7,3	7,3	20,5	180	3,2
Всего				38,3	45,7	177,8	1287	15,14

Стоимость рациона - 151 рубОтветственный - Мф /Моисеева Т. А.